여러해살이풀인 부추가 건강에 좋은 '슈퍼 푸드'란 건 익히 알려진 사실이다. 각종 비타민은 물론이고 단백질과 무기질, 당류가 풍부해 특히 여름철 기력을 보충해주는 보양식에서 빠지지 않는다. 여러 종의 부추 중에서 우리에게 가장 친숙한 부추가 '솔부추'다. 잎이 좁고 꼬여 있는 모양이 솔잎을 닮았다고 해서 붙여진 이름이다. 다른 부추보다 향과 단맛이 강해 요리에 널리 활용되고 있다. 닭백숙 식당에서 접시 그득히 담겨 나오는 부추가 바로 솔부추다. 이처럼 솔부추는 모르는 사람이 없을 정도로 유명하지만, 본산지가 양주라는 사실은 다소 생소할 수 있다.

기력 보충 으뜸…여름철 필수 건강 채소 '양주 솔부추'

비타민·단백질·무기질 풍부 '슈퍼 푸드'
회암동 '솔부추 마을'서 재배 품질 보증
향·맛 '일품' 전국 인기…약용으로도 쓰여
국수·만두 등 가공식품 새 수입원으로

양주에서 생산되는 솔부추는 전국에서 소비되며 식탁에 오른 솔부추 대부분이 양주산일 만큼 생산량도 가장 많다. 양주는 부추가 자라기에 가장 적합한 기후 조건을 가진 데다 토양이 유기질을 가득 머금고 있어 부추 생육에 금상첨화라고 할 수 있다. 양주 솔부추가 알려지기 시작한 것은 1960년대로 이때부터 재배 농가들이 자리 잡으며 양주 특산물로 육성돼왔다.

◇양주골 솔부추 마을

부추는 양주 전역에서 재배되지만 그중에서 회암동은 '솔부추의 고향'이라고 부를 수 있다. 솔부추 재배농가가 모여 있는 '솔부추 마을'은 양주 솔부추 생산을 떠받치는 곳이다. 출하시기에는 1개 작목반당 하루 평균 1~2t의 솔부추를 수확한다.

마을 전체가 솔부추로 가득해 마을 입구부터 매콤한 솔부추 향이 진동한다. 솔부추가 갈수록 인기를 얻으며 농가 수입도 덩달아 오르고 있다. 바로 인근에 신도시가 조성돼 땅값이 뛰고 있지만, 이곳 농민들이 농사일에 쉽게 손을 놓지 못하는 이유이기도 하다.

이곳 솔부추는 봄과 가을 3~4차례 수확되며 향과 맛이 일품이어서 전국 주요 농산물 경매시장의 부추를 장악하다시피 하고 있다. 품질이 보증되기에 제철에는 출하되는 즉시 팔려나간다.

최근 이 마을에는 솔부추의 부가가치를 높이는 가공식품 바람이 불고 있다. 솔부추를 국수나 만두, 전 등 다양한 음식으로 가공해 판매하는 것이다. 이 바람에 부추를 이용한 요리 개발도 한창이다. 솔부추 식품을 전문적으로 제조 판매하는 마을법인도 등장해 솔부추 가공업이 이곳 농가의 새로운 수입원으로 자리 잡아가고 있다.

◇영양소의 보고 부추

부추는 맛도 맛이지만 속에 담긴 약효에 더욱 끌리게 된다.

예로부터 선조들은 부추를 기양초(起陽草)라고 부르며 부추에 양기를 돋우고 신진대사를 돕는 효능이 있다고 전했다. 체하거나 설사를 할 때 된장국에 넣어 먹거나 부추즙을 내 마시기도 했다고 한다.

솔부추는 매운맛이 더욱 강해 약용으로 널리 쓰였고 현대에 들어 카로틴과 비타민 B1, 비타민 B2, 비타민 C 등이 풍부하다는 사실이 밝혀지기도 했다. 또 비타민뿐 아니라 단백질과 당류, 칼륨, 칼슘, 철분, 인 등 주요 영양소를 두루 함유한 것으로 보고되고 있다.

민간요법엔 해독 작용을 한다는 설이 있고 동의보감에는 이를 뒷받침하듯 간에 좋고 몸을 덥게 하는 성질이 있다고 전한다. 한의학에서는 부추를 신장이나 고환, 부신 등 비뇨생식기의 호르몬 분비를 돕는 것으로 보고 있다.

부추 열매는 비뇨기계 질환을 낫게 하는 약재로 쓰이기도 한다.

이 밖에 부추 뿌리와 씨, 부추즙은 치질과 치통, 산후통, 구토증, 종기, 아메바성 이질 등에 사용되고 있다.

◇솔부추 사업화 모색

솔부추를 활용한 요리법 개발과 더불어 이를 활용한 사업화도 최근 활발히 모색되고 있다. 급속한 도시화로 솔부추 재배농가의 감소에 따라 새로운 수익 창출 모델이 필요해졌기 때문이다.

양주시도 지역 특산물인 솔부추를 육성하기 위해 사업화를 적극적으로 지원하고 나섰다. 부추 농가에서도 자체적으로 솔부추 상품화를 통한 고부가 가치 산업 전환을 꾀하고 있다.

가장 활발히 논의되는 것은 가공산업으로 안정화할 경우 솔부추 단순 재배가 2차 가공산업으로 발전할 수 있다. 현재 마을 법인화를 통해 시도되고 있으며 일정 생산량이 가공식품으로 판매되고 있다.

양주시에서는 솔부추를 알리기 위해 각종 문화행사에 솔부추 식품과 요리들을 선보이고 있다. 최근에는 부추 재배지를 중심으로 부추 요리를 맛볼 수 있는 전문 음식점도 늘어나 새로운 활로가 되고 있다.

솔부추의 사업화에는 안정적인 생산이 기반이 돼야 하며 재배농민들은 이를 위해 양주시와 협력 방안을 찾고 있다. 가장 시급한 것이 수확한 부추를 장기간 보관할 수 있는 특수 물류창고 확보다.

시 관계자는 "솔부추는 양주지역 토종 부추로 아직 생산에서 우위를 점하고 있지만, 재배지가 확산하면서 다른 지역과 경쟁이 불가피해졌다"며 "양주 특산물인 솔부추의 안정적 생산과 사업 다각화를 위해 재배 농민들과 머리를 맞대 고부가 작물로 전환하는 방안을 모색 중"이라고 말했다. /글·사진=경인일보 최재훈기자

양주시 회암동 솔부추 마을 농민들이 솔부추를 파종하고 있다.

양주시 회암동은 '솔부추의 고향'이라고 부를 수 있다. 솔부추 재배농가가 모여 있는 '솔부추 마을'은 출하시기에 1개 작목반당 하루 평균 1~2t의 솔부추를 수확한다.